

Программа эмоционального развития детей  
**«Удивляюсь, злюсь, боюсь,  
хвастаюсь и радуюсь»**

**Занятие 3**

**Радость - 2**



**Педагог-психолог: Коссе С.Ф.**

# Упражнение «Приветствие»

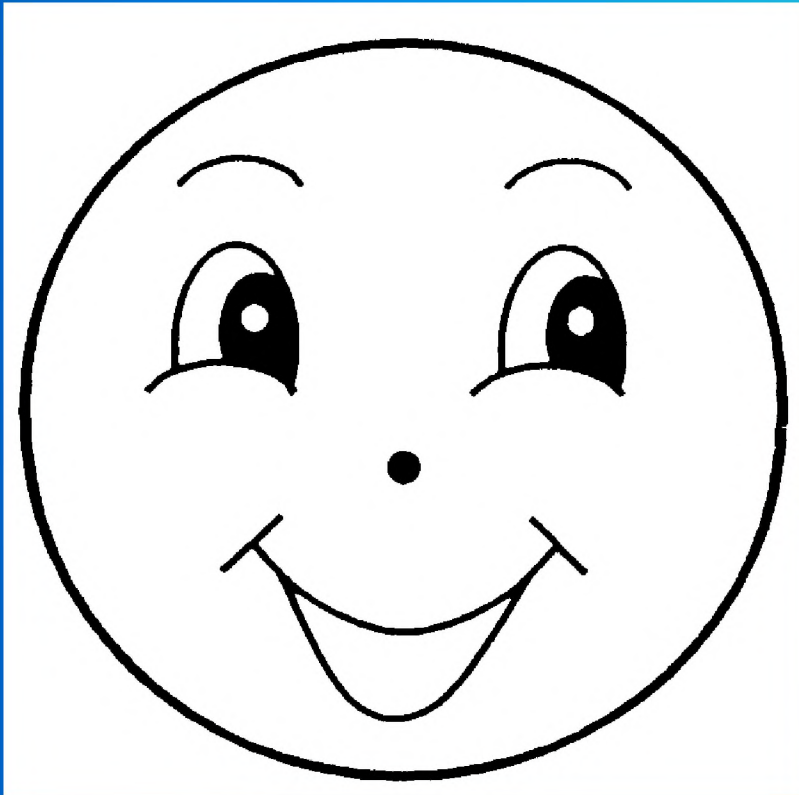


*Давайте начнем наше занятие вот с чего. Пусть каждый из вас назовет себя по имени и при этом выполнит какие-нибудь движения или действия. Например, я назову свое имя и прохлопаю его в ладоши. Можно топтать ногами или делать что-то еще, но так, чтобы все сидящие в кругу смогли повторить ваше действия.*

Муз.

# Игра «Изобрази эмоцию»

## Радость



1. Теперь, когда мы с вами поздоровались, постарайтесь вспомнить, о каком чувстве мы говорили на прошлом занятии?..

2. Посмотрите, какое чувство здесь изображено ?

3. Как вы догадались, что это радость?..

Конечно, глаза чуть прищурены, на лице улыбка.

Может быть, кто-нибудь из вас принес сегодня свои радостные фотографии?

**Попробуем изобразить чувство радости.**

**Для начала разогреем и расслабим все мышцы лица...**

# Мимическая гимнастика



веселый, радостный

Сядем поудобнее: ноги твердо стоят на полу, спинка прямая. Начинаем гимнастику, но она не простая, а мимическая. Мы с вами будем выполнять упражнения для лица. (Цель: изучение мимики, выражения в мимике эмоциональных состояний.)

**Вдох-выдох, вдох-выдох, еще раз вдох-выдох. Вытянули губы трубочкой. Произнесли звук "У".**

**Растянули губы в стороны. Произнесли звук "Ы". Замечательно!**

Вдох-выдох. Расслабили все мышцы лица и улыбнулись друг другу.

Скажите глазами и улыбкой, что вы рады видеть друг друга.

Спасибо!

# Игра «Определи настроение»

Какое настроение у этого мальчика?



*Посмотрите на этих животных.*

*Какое чувство они испытывают? Как вы догадались?*





# КАЛЕЙДОСКОП ЭМОЦИЙ



ГРУСТЬ



РАДОСТЬ



СТРАХ



СТЫД



ГНЕВ



СКУКА



ИНТЕРЕС



ОТВРАЩЕНИЕ



ВОСХИЩЕНИЕ



ОБИДА



УДИВЛЕНИЕ



УДОВОЛЬСТВИЕ



**Найдите пиктограмму радости и подберите к ней фотографию с соответствующей эмоцией**

# Релаксация «Солнечный зайчик»

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот — погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

Отлично! Мы подружались с "Солнечным зайчиком", глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу. Как здорово, что мы с вами встретились!





**Сейчас я расскажу вам одну историю...**

## **1. Первая история называется "Хорошее настроение"**

**Мама послала сына в магазин: "Купи, пожалуйста, печенье и конфеты, — сказала она, — мы попьем чаю и пойдем в зоопарк".**

**Мальчик взял у мамы деньги и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение.**



**Этюд на выражение эмоций**

**Выразительные движения: походка быстрый шаг, иногда вприпрыжку, улыбка.**

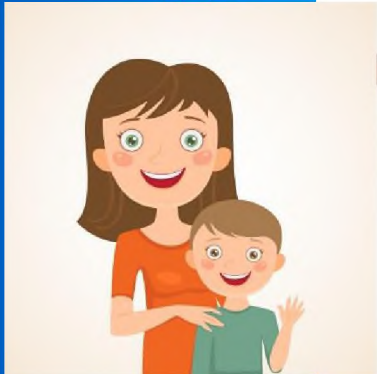
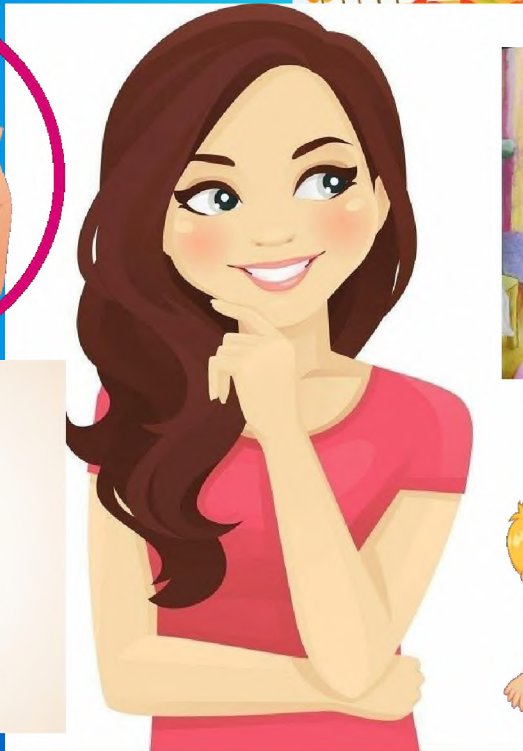
## 2. Вторая история называется "Умка"



### Этюд на выражение эмоций

Жила-была дружная медвежья семья: папа медведь, мама медведица и их маленький сыночек — медвежонок Умка. Каждый вечер мама с папой укладывали Умку спать. Медведица его нежно обнимала и с улыбкой пела колыбельную песенку, покачиваясь в такт мелодии. Папа стоял рядом и улыбался, а потом начинал подпевать маме медведице. Выразительные движения — улыбка, плавные покачивания.

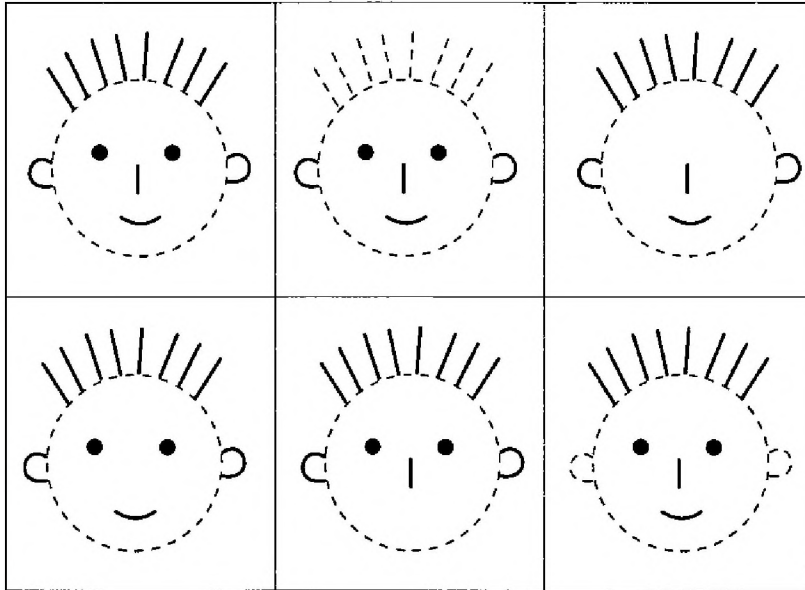
# Моя мама радуется когда...



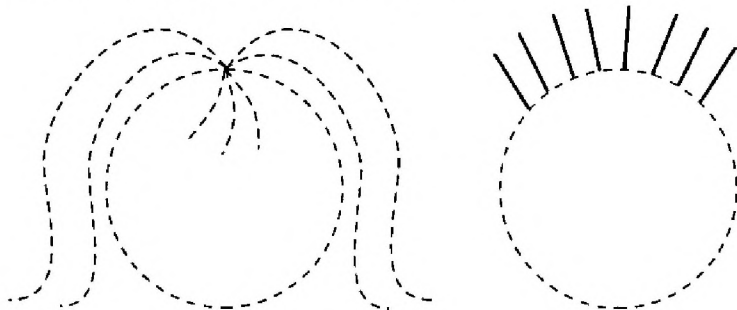
**Очень хорошо!  
Радоваться могут и  
дети, и взрослые. На  
прошлом занятии мы  
говорили о том, что  
такое радость для  
вас. Сейчас давайте  
подумаем, что же  
такое радость для  
мамы. Закончите  
предложение: "Моя  
мама радуется,  
когда..."**

# Упражнение «Нарисуй эмоцию»

 Давай научимся рисовать лицо:



• А теперь нарисуй девочку и мальчика.



# Упражнение «Доброе животное»



*А теперь встаньте в круг и давайте поиграем в "Доброе животное". (Цель игры — развитие чувства единства.)*

*Возьмемся за руки и представим, что мы одно животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох-выдох, вдох-выдох и еще раз вдох-выдох. Очень хорошо. Послушаем, как бьется его сердце. Тук — делаем шаг вперед, тук — шаг назад. И еще раз тук — шаг вперед, тук — шаг назад.*

# Рефлексия



Муз.

# Упражнение «Круг»



Предположить каждому ребёнку высказать свое понимание происходящего на занятии, описать свои чувства, переживания, мысли.

## **Задания:**

Вспомните сегодняшнюю работу в группе и продолжите следующую фразу:

**- Интересным для меня было сегодня...**



Муз.